



		DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		Crema de verdures amb fruits secs Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert Iogurt natural	Blat forment amb pèsols Daus de gall d'indi saltats amb salsa de soja i enciam amanit Fruita del temps	Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba Peix del dia amb pastanaga ratllada Fruita del temps
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
Blat forment amb pèsols Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert Fruita del temps	Arròs amb orenga Cuixeta de pollastre i enciam amanit amb olives Fruita del temps	Llenties sortint de l'olla Peix del dia amb enciam amanit Iogurt natural	Crema de carbassa amb pipes Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga amb maionesa Ou dur amb tomàquet amanit i olives Fruita del temps
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Arròs amb pèsols i pastanaga Croquetes de pollastre amb tomàquet amanit Fruita del temps	Escudella amb fideus Trita d'espínacs amb pastanaga amanida i blat de moro Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga Peix del dia amb enciam amanit Fruita del temps	<b>Excursió</b>	Crema de verdures amb crostonets de pa Cigrons sortint de l'olla amb picada de tomàquet, all i julivert Iogurt natural
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Llenties sortint de l'olla Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles Fruita del temps	Patata, mongeta i pastanaga Cuixeta de pollastre amb tomàquet amanit i blat de moro Fruita del temps	Escudella amb sèmola de blat de moro Peix del dia amb enciam amanit i olives Fruita del temps	Crema de verdures amb fruits secs Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert Iogurt natural	Arròs amb orenga Carn de xai amb enciam amanit i blat de moro Fruita del temps
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Llenties amb picada d'all i julivert Trita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita del temps	Crema de verdures amb crostonets de pa Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert Iogurt natural	Escudella amb sèmola de blat de moro Pit de pollastre a la planxa amb enciam amanit Fruita del temps	Pèsols amb pastanaga i salsa de soja Peix del dia amb tomàquet amanit i olives Fruita del temps	Patata i mongeta Carn magra a la planxa amb enciam amanit Fruita del dia

- En els àpats s'inclou: pa integral i aigua . Fruita: pera, poma, préssec, mandarina, plàtan, taronja, maduixes, prunes, cireres síndria, meló...
- Variació d'amanida: enciam i tomàquet, pastanaga ratllada i tomàquet, enciam i pastanaga ratllada, enciam i tomàquet amb olives, pastanaga ratllada amb olives. Blat de moro, olives, remolatxa rallada, poma,...
- El sofregit: Ceba, all i tomàquet, ceba, all, pastanaga i tomàquet, ceba, all, pastanaga, carbassó, pebrot i tomàquet.
- La carn de xai és d'Olván.
- La vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
- Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443